

UN VIAGGIO INSIEME PER IL BENESSERE PSICOFISICO DAL 1 GIUGNO AL 30 LUGLIO 2026

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ

	<p>BIOGINNASTICA IL RISVEGLIO 7.00 SOLO ON-LINE</p>	<p>DAL 3.06 BIOGINNASTICA BIOWALKING AL PARCO BUCCI 9.00 SOLO PRESENZA</p>	<p>BIOGINNASTICA RIEQUILIBRIO POSTURALE 9.30 PRESENZA & ON-LINE</p>
<p>BIOGINNASTICA RIEQUILIBRIO POSTURALE 9.30 PRESENZA & ON-LINE</p>	<p>BIOGINNASTICA BIORIABILITEK 9.30 PRESENZA & ON-LINE</p>	<p>BIOGINNASTICA POSTURA &UFFICIO 13.00 PRESENZA & ON-LINE</p>	<p>BIOGINNASTICA RIEQUILIBRIO POSTURALE 9.30 PRESENZA & ON-LINE</p>
<p>BIOGINNASTICA RIEQUILIBRIO POSTURALE 19.00 PRESENZA & ON-LINE</p>	<p>BIOGINNASTICA GAMBE &CIRCOLAZIONE 19.00 PRESENZA & ON-LINE</p>	<p>DAL 6.05 BIOGINNASTICA BIOWALKING AL PARCO BUCCI 19.00 SOLO PRESENZA</p>	<p>BIOGINNASTICA POSTURA &UFFICIO 18.30 PRESENZA & ON-LINE</p>



TUTTE LE INFO
SULLA METODOLOGIA
DELLA BIOGINNASTICA

Seguici sui social



bioginnastica.it



ISCRIZIONI
E INFORMAZIONI
Biostudio Faenza
Via Cittadini 15/1
Faenza
t. 0546 622959
cell. 376 2327470

UN VIAGGIO INSIEME PER IL BENESSERE PSICOFISICO I NOSTRI CORSI ESTIVI 2026

**CORSI
ESTIVI**
1 GIUGNO
30 LUGLIO
2026



UN VIAGGIO INSIEME PER IL BENESSERE PSICOFISICO I NOSTRI CORSI ESTIVI



Corso di Bioginnastica® riequilibrio posturale bioenergetico settimanale per il benessere del corpo e della mente.

Attraverso la respirazione, l'allungamento miofasciale e la mobilità del corpo, si raggiunge facilmente l'equilibrio psicofisico per la prevenzione e la salute della persona.

IL RISVEGLIO **BIOENERGETICO** by bioginnastica®

Un momento speciale di Bioginnastica®, che segue i ritmi circadiani e i bioritmi fisiologici, per riattivare i canali bioenergetici e la mobilità del corpo utile per il risveglio del corpo nel pieno delle potenzialità. Respirazione, allungamento neuro-miofasciale e tonificazione per essere svegli e reattivi fisicamente e mentalmente più attivi, durante tutta la giornata.

Seguici sui social



BIO**R**ABILITEK

Per persone con patologie specifiche, dolori articolari alla colonna e agli arti. Esercizi mirati per raggiungere il riequilibrio posturale bioenergetico.

POSTURA &UFFICIO

Il corso postura e ufficio è particolarmente indicato per coloro che stanno molte ore seduti, anche in auto o per studio. Esercizi per rivitalizzare la colonna, riattivare la circolazione, migliorare la respirazione, diminuendo ansia e stress.

GAMBE&CIRCOLAZIONE by bioginnastica®

Un corso specifico di Bioginnastica® è stato appositamente studiato per ridurre tensioni e problemi alla circolazione delle gambe, favorisce la fluidità, il benessere e l'energia vitale, particolarmente adatto nei periodi caldi e afosi.

BIO**W**ALKING by bioginnastica®

Bioginnastica®/BioWalking è per tutti. Adulti, ragazzi, anziani, bambini, atleti e sportivi. La Bioginnastica®/Biowalking ci permette di agire sul corpo a livello sensoriale percettivo e neuro-mio-osteofasciale. Nel percorso Bioginnastica®/Biowalking ogni allievo è indirizzato verso il percorso più adatto, per seguire la sua storia psico-emotiva e di movimento.

Gli esercizi sono strutturati in base alle esigenze della persona e servono per migliorare:

- la postura statica e dinamica,
- il ritmo del respiro in cammino
- la circolazione
- il metabolismo e la funzionalità di tutto il corpo.

ABBONAMENTO MENSILE

VALIDO 1 MESE
1 VOLTA
A SETTIMANA
IN PRESENZA
E ONLINE **EURO 68,00**

ABBONAMENTO OPEN MENSILE

VALIDO 1 MESE
OPEN
IN PRESENZA
E ONLINE **EURO 88,00**

ABBONAMENTO OPEN ONLINE MENSILE

VALIDO 1 MESE
OPEN
SOLO ONLINE **EURO 48,00**

ABBONAMENTO OPEN ONLINE BIMESTRALE

VALIDO 2 MESI
OPEN
SOLO ONLINE **EURO 78,00**

DA
MERCOLEDÌ
6 MAGGIO
ORE 19

DA
MERCOLEDÌ
3 GIUGNO
ANCHE
ORE 9

2 LEZIONI
SETTIMANALI
AL **PARCO BUCCI**
DI FAENZA
PER RITROVARE
L'EQUILIBRIO
NEL MOVIMENTO:
MIGLIORA
LA POSTURA,
LA VITALITÀ
E L'ENERGIA
NEL CAMMINO,
IL RESPIRO
E LA CIRCOLAZIONE



BIO**W**ALKING by bioginnastica®